

3. Марков А.С. Психолого-педагогическая модель профессионального становления курсанта военного вуза // Российский научный журнал. – Рязань, 2013. – № 1 (32). – С. 160-165.

4. Прохоров А.О. Образ психического состояния // Психология психических состояний: сб. статей / Под ред. А.О. Прохорова. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2011. – Вып. 8. – С. 6-14.

5. Психология и педагогика. Психология управления / Под ред. А.С. Маркова. – Рязань: РВВДКУ, 2012.

THE ABILITY TO MANAGE THEIR MENTAL STATE TO CONTROL THE MENTAL CONDITION OF SUBORDINATES

Grigoriev N.O., Markov A.S.

The paper is shown how the training of the officer to relate to levels of management tasks for the mental health of the soldier. An example of acquiring a student's primary experience in the management of the mental state of their subordinates. It is argued that the ability to control the mental state necessary element of creating a strong army.

Key words: management of mental state, cadet, military training, the future commander, methods of self-hypnosis and self-regulation.

Григорьев Никита Олегович Рязанское высшее воздушно-десантное командное училище имени генерала В.Ф. Маргелова курсант 4 курса nikgrigoriev@mail.ru

Марков Алексей Сергеевич, к. психол. н., доц., член-корреспондент АПСН, Рязанское высшее воздушно-десантное командное училище имени генерала В.Ф. Маргелова, Markoff.ac-50@mail.ru

ВЛИЯНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЧЕЛОВЕКА НА РЕФЛЕКСИВНУЮ РЕГУЛЯЦИЮ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ

Давлетшина Э.Н.

Аннотация

В статье рассматривается влияние личностных особенностей на рефлексивную регуляцию психических состояний в процессе учебной деятельности. Выявлено, что разные уровни рефлексии имеют связь с разными чертами ха-

рактера и разные по типу темперамента студенты имеют разный преобладающий тип рефлексии.

Ключевые слова: рефлексия, психические состояния, личностные особенности, темперамент, характер

Рефлексия занимает важное место в жизни человека, ведь с помощью рефлексии человек понимает себя, окружающих, может строить планы на будущее, анализировать прошлое. Каждый человек индивидуален и каждый имеет свои личностные особенности, что может влиять на его рефлексию. Рефлексия занимает также важное место в структуре «Я».

Каждый из аспектов рефлексии многократно изучался разными учеными. Еще с античных времен людей занимал вопрос «темперамента» и этот вопрос все еще интересует ученое сообщество. Исследования проводились, начиная от детерминации темперамента жидкостями в теле человека и заканчивая исследованиями нервной системой [2; 6; 8; 10].

Понятие характера также имеет древние корни, начиная с античности. Особенно активно изучались вопросы соответствия характера человека различным биологическим детерминантам и вопросы, связанные с описанием черт характера, как составляющими его целостности [1; 3; 5; 7; 10].

Ученые по-разному подходили к изучению понятия рефлексия, при этом каждый из них по-своему определял аспект ее исследования. Некоторые ученые занимались вопросами рефлексных ожиданий личности, другие возрастными особенностями рефлексии. Древнегреческие философы стремились изучить модель личности человека, современные психологи уже исследуют рефлексивную регуляцию деятельности, а так же роль рефлексии в процессе регуляции психических состояний изучают [3; 4; 9].

Для саморегуляции первостепенное значение имеет высокий уровень общей культуры и сознательности, внутренняя обращённость к людям, гуманистическая направленность личности, т.е. можно проследить, что обращенность к себе, к другим людям (аспект рефлексии) имеет значение в структуре лично-

сти. Это дает нам старт в изучении влияния темперамента, черт характера на рефлексивную регуляцию психических состояний.

Из теоретического анализа видно, что в современной науке мало уделено внимания тому, как личностные свойства человека влияют на саморегуляцию, и на непосредственную роль рефлексии в этом процессе. Отсутствие обобщенных и теоретически обоснованных представлений о рефлексивной регуляции психических состояний и определило необходимость исследования рефлексивной регуляции. Изучению различий в рефлексивной регуляции психических состояний у людей с различными личностными свойствами и посвящено данное исследование.

В соответствии с поставленной задачей были проведены эмпирические исследования для изучения проблемы рефлексивной регуляции психических состояний. Для исследования особенностей взаимосвязи характера личности и рефлексии было исследовано 63 человека, обоего пола, все – студенты Казанского (Приволжского) федерального университета; из них 33 из Института психологии и образования и 30 из Института вычислительной математики и кибернетики. Средний возраст составил 18,5 лет.

Для изучения особенностей взаимосвязи темперамента и рефлексии были исследованы 44 студента Казанского (Приволжского) Федерального Университета обоего пола Института между народных отношений, истории и востоковедения. Средний возраст испытуемых составил 18 лет.

Сбор данных проходил с использованием методик направленных на исследование рефлексии, характерологических особенностей, типа темперамента и психического состояния. Были использованы такие методики как «Личностный опросник Г. Айзенка» («Eysenck Personality Inventory» или «EPI»), «Рельеф психического состояния личности А.О. Прохорова», «Определение индивидуальной меры рефлексивности» А.В. Карпова и В.В. Понамарёвой, «Уровень выраженности и направленности рефлексии» М. Гранта, 16 PF (16 факторный личностный опросник) тест Р.Б. Кеттелла), Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой.

Для обработки полученных данных были использованы методы математической статистики (корреляционный анализ (методом Пирсона), сравнительный анализ средних значений (Т критерий Стьюдента) и дисперсионный анализ (ANOVA).

Проанализировав все результаты исследования, можно отметить, что у испытуемых психические процессы зависят от физиологических реакций организма, адаптационных возможностей и абстрактности мышления. Также студенты слабо рефлексируют свое физическое состояние в любом временном промежутке (будущем, настоящем и прошлом). Так же нужно отметить, что испытуемые способны анализировать себя, свои мысли и понимать их правильности. Рефлексивные процессы у испытуемых не имеют связи с адаптационными способностями. Далее можно выделить то, что понимание чувств других (социорефлексия) зависит от способности к адаптации и ориентации на конкретный вид деятельности.

В ходе проведения сравнительного анализа был выявлен тот факт, что испытуемые, различаемые на высоко- и низкореклексивных, в основном статистически различаются по показателям методики 16 PF Кеттелла, т.е. именно психологические особенности, диагностируемые в данной методике отличают высоко- и низкореклексивных испытуемых.

На основе проведенного дисперсионного анализа получилось, что ключевыми чертами характера, влияющие на рефлексивную регуляцию состояний оказались общительность, смелость и самоконтроль.

Проанализировав результаты исследования, связанные с темпераментом, можно отметить, что у представителей меланхолического темперамента прослеживается связь между рефлексией коммуникации и саморефлексией и социорефлексией, что, скорее всего, говорит о том, что они анализируют свое общение с другими, с социумом, тем самым они анализируют и понимают себя самого, как субъекта данного взаимодействия. У сангвиников прослеживается связь между физическими реакциями и рефлексией настоящего, что, скорее всего, говорит о том, что анализируя свое нынешнее состояние, они опираются на свое физиологическое состояние. Кроме того, рефлексия будущего у сангви-

ников тесно коррелирует с уровнем ауторефлексии, что, вероятно, говорит о наличии у них тенденции анализировать свои характеристики сквозь призму своих будущих планов. У холериков зависимость между шкалой переживания и рефлексией будущего ($p < 0,05$), т.е. им свойственно переживать свое будущее состояние, и они в большей степени акцентируют внимание на психических процессах и физиологических реакциях. И последний тип темперамента – флегматики. У них прослеживается связь между ретрорефлексией и психическими процессами, т.е. высокая выраженность рефлексии прошедшей деятельности детерминирует у них переживание интенсивных состояний. Подобная взаимосвязь установлена и по шкале «Психические процессы» и рефлексия будущего, что свидетельствует о том, что они акцентируют внимание на своем будущем, на том, что они хотели бы сделать, и на том, как это повлияет на них самих.

В ходе исследования было выявлено, что каждый тип темперамента имеет свой ведущий тип рефлексии. Например, у меланхоликов преобладает рефлексия настоящего, у сангвиников – рефлексия будущего, у холериков – ретрорефлексия, а у флегматиков – рефлексия будущего. Можно сказать, что разные по типу темперамента студенты имеют разный тип рефлексии.

Данные исследования могут быть положены в основу организации и оптимизации различных видов профессиональной деятельности, в частности, например, для оптимизации учебной деятельности у студентов. Полученные результаты могут быть полезны в практической психологии, поскольку раскрывают характер влияния рефлексии и свойств личности на регуляцию психических состояний студентов.

Список литературы

1. Аверин В.А. Психологическая структура личности // Психология личности: Учебное пособие. – СПб.: «Изд-во Михайлова В.А.» – 1999. – С. 12-28.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: курс лекций: учебное пособие для вузов. – М.: «ЧеРо», «Юрайт», 2002.
3. Гуткина Н.И. Личностная рефлексия, как один из механизмов самосознания // Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту / Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: «Педагогика», 1987.

4. Карпов А.В. Общая психология. Учебник. – М.: «Гардарики», 2004.
5. Козлов Н.И. Практическая психология. Учебник. – М.: «АСТ», 2004.
6. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь. 2-е инд. доп и перераб. – СПб.: «Прайм-Евразия», 2003.
7. Лазурский А.Ф. Классификация личностей // Психология индивидуальных различий. Хрестоматия / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер и В.Я.Романова. – М.: «ЧеРо», 2000.
8. Павлов И.П. “Физиологическое учение о типах нервной системы и темпераментах” [Электронный ресурс] / И.П. Павлов // Сообщение на торжественном заседании Русского хирургического общества Пирогова, посвященном памяти Н. И. Пирогова, 6 декабря 1927 г. URL: <http://www.easyschool.ru/books/12/39> (дата обращения: 16.02.2016). 33.
9. Прохоров А.О., Чернов А.В. Влияние рефлексии на интенсивность психических состояний студентов в процессе учебной деятельности // Учен. зап. Казан ун-та. Сер. Гуманитар. науки. – 2011. – Т. 153. Кн. 5. – С. 127-136.
10. Юнг К.Г. Психологические типы, – СПб.: «Азбука», 2001.

THE INFLUENCE OF PERSONAL CHARACTERISTICS ON REFLEXIVE REGULATION OF MENTAL STATES

Davletshina E.N.

In article the question of influence of personal features on reflexive regulation of mental states in the course of educational activity is considered. It is revealed that students reflex the mental states, different levels of a reflection have communication with different traits of character and students, different in temperament type, have the different prevailing reflection type.

Keywords: reflection, mental states, personal characteristics, temperament, character

Давлетшина Эльвина Наилевна, магистр 1 года обучения Института психологии и образования Казанского федерального университета, boom89381@mail.ru

Научный руководитель: **Чернов Альберт Валентинович**, к. психол. н., ст. преп. кафедры общей психологии Института психологии и образования Казанского федерального университета, albertprofit@mail.ru